

习近平：各民族要像石榴籽一样紧紧抱在一起



民族的大团结 你我的运动会

第十一届全国少数民族传统体育运动会 特别报道



11
郑州日报
2019年9月12日
星期四

“在家门口圆了自己一个梦想”

——访河南代表团民族武术项目运动员曹帅

9月11日，第十一届全国少数民族传统体育运动会民族武术项目在郑州奥林匹克体育中心迎来收官日比赛。在上午进行的男子传统四类拳项目比赛中，河南代表队的曹帅凭借一套刚健有力的少林拳，夺得这个项目的一等奖。至此，东道主河南队在本届全国民族运动会民族武术项目的所有比赛进行完毕，完美收官。

“能够在家门口赢得这个一等奖，我真的非常激动，算是没有辜负大家对我的期望，也圆了自己的一个梦想。”赛后，曹帅接受了记者的采访。

曹帅的本职工作是河南大学的一名体育教师。习武14年的他，8岁进入登封鹅坡武校，一练就是10年，18岁到北京体育大学就读。到河大做体育老师后，已经8年没有系统训练了。“感觉有点兴奋，但还是有不小压力，毕竟这几年没有系统训练了，而且

年龄已经三十而立，重新拾起来还是有一定难度。”曹帅向记者介绍道。

小时候选择进武校，就必须面对长时间的艰苦训练，一年中几乎没有假期。除此之外，还得忍受习武时受到的伤病。但是，曹帅从未想过放弃。“没有天分的话，就得努力付出。”他是这样说的，也是这样做的。

讲起自己的习武生涯，曹帅便打开了话匣子。“当时还小啊，正是长身体的时候，每天都要做力量练习，把几十斤重的东西压在肩膀上，肯定会骨骼生长有影响。所以我现在长得不高是有原因的。”曹帅笑着调侃自己的身高。

功夫不负有心人，最终，曹帅靠自己扎实的功底被保送到了北京体育大学。2014年，25岁的曹帅研究生毕业，收到河南大学的聘用邀请书之后，基于一种乡土情结，他选择来到河南大学担任讲师。

今年上半年，任教五个年头的曹帅接到代表河南队参加民族运动会民族武术比赛的通知，对于这个“突然”的通知，经过思考后曹帅决定重新披挂上阵。“自己本身就是少数民族，加上这几年功夫基本还没丢，重新恢复后，应该会达到比赛的条件。”曹帅自信地说道。

在11日进行的男子传统四类拳比赛中，曹帅不负众望，拿下一等奖，为河南队在民族武术项目的比赛画上了一个圆满的句号。

“自己的家乡举办这么大型的运动会，我又能代表家乡赢得荣誉，心里真的很自豪。更重要的是能在家门口见到这么多来自祖国各地的同道中人，并向大家展示少林拳的魅力，这种机会真是太难得了！”曹帅告诉记者，自己最大的愿望是把少林拳发扬光大。

郑报全媒体记者 刘超峰 翟宝宽

处处都能感受到郑州人民的热情

——访四川代表团射箭项目运动员牛红评



9月11日的郑州，秋雨绵绵，秋意渐浓，郑州市十一中行健馆内，第十一届全国少数民族传统体育运动会民族射箭项目比赛正在火热进行。

赛场上，射箭运动员沉着冷静地装箭、瞄准、射击。看着赛场上运动员的精彩表现，观众席区的教练员和观众也是热情十足。

“射箭不仅需要手臂力量，还要求运动员的注意力高度集中，运动员一定要保持心态平和，只要稍有波动，箭便有可能射偏。”重庆射箭队教练彭应平表示，射箭属于晚熟性项目，年龄越大、参加比赛越多，就越能出成绩。

今年57岁的四川代表队运动员牛红评在民族传统弩女子立姿决赛中獲得二等奖，对于这个结果，她说：“虽然有点小失落，但总体还是不错的。看到赛场上有不少年轻人的身影，这一点，我也感到很欣慰，而且他们的表现也越来越好，这对于射箭项目本身而言，是一个很好的发展趋势。”

说起本届全国民族运动会在郑举办，牛红评高兴地说：“我是第一次来到中原，中原人太热情了，精气神十足，我和队员刚到郑州时就小转了一下，当时出租车司机拉着我们沿着金水路附近转了一圈，一路上给我们讲了郑州的文化、城市的地标，还给我们介绍郑州的小吃，非常友好。几天下来，每到一处，我们都能感受到大家的热情。”

郑报全媒体记者 董艳竹 文/图

“比赛对我来说是一次成长的机会”

——访河南代表团民族式摔跤项目运动员马辰庚



1.85米的身高、130公斤的体重，初见河南代表团民族式摔跤项目运动员马辰庚，记者很难想象眼前人高大马大的他只有19岁。“经常听到有人说我不像19岁，我照镜

子的时候也觉得自己显老。”马辰庚挠着后脑勺腼腆地笑道。

来自河南周口的马辰庚是一名回族小伙，他14岁在周口市体校学习柔道时被河南省摔跤队教练相中，被选做摔跤队“种子”，从此和摔跤结缘。

谈起练习摔跤的经历，马辰庚打开了话匣子。自2015年被选拔进河南省摔跤队至今，他只回过一次家，曾经因为想家晚上偷偷在寝室抹眼泪，但时间伴随着伤痛让马辰庚迅速成长起来。“一些磕磕绊绊是在所难免的，有时候疼得晚上都睡不着觉。”马辰庚说道，“但这些伤痛就像是我成长的标志，让我一点点也变得坚强了。”

接触摔跤前，马辰庚从没出过周口市，而现在他每年都会去各省市交流学习。“2018年我去了兰州，今年又去了新疆、河北进行交流训练，这是我接触摔跤前都没有想过的事情。”

作为此次河南队民族式摔跤项目年纪最小的成员之一，马辰庚参加北嘎87公斤以上和搏克两个项目的比赛，这让练了4年古典式摔跤的马辰庚有些不知所措：“古典式摔跤跟这个民族式摔跤在规则和评分机制上都不一样，到赛场上使不上力。”有些适应不了的他面对赛场上经验老到的对手，接连败下阵来。

马辰庚说：“通过这次比赛，我学到了很多，比如民族式摔跤要求重心更低，底盘更稳，这对我以后再练古典式摔跤也很有帮助，这次比赛对我来说是一次成长的机会，我会好好积累经验，不断提升自己。”

抛开运动员的身份，马辰庚还是一名高三的学生，明年就要参加高考了。马辰庚告诉记者：“在摔跤场上训练完，就会趁着空隙补习自己的功课，目前第一目标是郑州大学体育学院。”郑报全媒体记者 李京儒 文/图

“最重要的是认真对待每一场比赛”

——访四川代表团五届珍珠球项目元老阿门初

参加过五届全国民族体育运动会的阿门初，是当之无愧的珍珠球项目的元老。四川队是女子珍珠球队中的强队，阿门初则是团队的核心人物。虽然已经42岁，阿门初在赛场上依然英姿飒爽、反应敏捷、弹跳灵活、抄球精准。

从20年前首次参与全国民族运动会到今天，阿门初不仅是球队的实力担当，更肩负着球队的技术传承、军心稳定的重任。她说，自己平时的工作是篮球教练，利用职业便利，她也会把素质好的学生推荐到珍珠球运动中来。此次参赛的四川女队队员中，18岁的回族姑娘杨琳就是她的学生。正是在阿门初的推荐下，杨琳一年多前开始参与珍珠球运动中

来，并在这场比赛中正式上场。“我已经42岁了，这是我最后一届参加比赛，接下来就要看她们了。”阿门初说。

阿门初所在的四川女队，是上届女子珍珠球比赛的第一名。本届运动会四川女队表现依然出色，9月11日，四川队已经拿下女子A组的第一名，再次展现冲击本届女子珍珠球赛事第一名的实力。阿门初说：“我们会努力争取，希望能继续保持上届运动会的好成绩，但比赛还要一场一场打，认真对待接下来的每场比赛，是最重要的。”阿门初有着藏族女子的豪爽，第一次来郑州的她，说：“城市很漂亮，很干净。人也很热情，来这儿就像到家了一样，感觉特别好。”郑报全媒体记者 侯爱敏 文/图



“不管遇到什么困难，我从没想过放弃”

——访新疆代表团民族武术项目运动员陈佳慧

9月11日是第十一届全国少数民族传统体育运动会民族武术项目的最后一个比赛日，在上午结束的女子传统二类拳的比赛中，维吾尔族小姑娘陈佳慧用精彩的劈挂拳表演赢得了在场观众的阵阵掌声。

今年只有9岁的陈佳慧，是来郑州参加本届全国民族运动会竞赛项目的所有运动员中年龄最小的一位。她这次代表新疆生产建设

兵团参加民族武术女子传统二类拳和女子传统软器械这两个小项的比赛，并在传统软器械的项目中获得了三等奖。

别看佳慧只有9岁，却已有3年的“武龄”。她开始练武术，是妈妈的决定，因为她小时候身体不太好，妈妈就在她6岁时把她送去练武。从那以后，6岁的佳慧几乎每天都要与刀剑做伴，这一练就是3年。

受伤是习武之人的家常便饭，对

小佳慧来说也不例外。来郑州之前，她膝盖上被剑划开的伤口才刚好。对这种小伤小病，陈佳慧根本不当回事。“妈妈说，做一件事就要做到最好。所以，不管遇到什么困难，我都没想过放弃。”陈佳慧对记者说。

小佳慧是一名小学三年级学生，平时要平衡学习和练武的关系。“我没有因为武术耽误学习，每天都是在教室里把作业全部写完后，再去练武。”她说。

采访中，小佳慧告诉记者一个“秘密”，因为第一次参加这么大的比赛，自己其实很紧张，于是教练就教给了自己一个不紧张的小秘诀。

“教练说在比赛的时候就把裁判员当成橘子、苹果、香蕉、牛奶，等等，就当作是在跟自己打。在台上的时候我就把裁判当成橘子，所以我一点也不紧张。”陈佳慧认真地说。

郑报全媒体记者 翟宝宽 文/图